

Composition du mois de .....

Nom : ..... Prénom : .....

### L'hygiène et la santé

Si nous voulons rester en bonne santé, la première chose à faire, c'est :

- De suivre toujours les règles de l'hygiène (la propreté de notre corps, de nos vêtements et de nos maisons.)
- De s'éloigner du tabac car il met en danger la vie des fumeurs.
- De loger des chambres aérées et éclairées.
- D'éviter de respirer des poussières provoquant des maladies dangereuses.

Pour être en bonne santé, nous aurons donc besoin de l'air pur, de l'eau potable et du soleil.

Une alimentation saine, variée et équilibrée sera indispensable à notre santé.

### Compréhension / Vocabulaire

1. Réponds par **vrai** ou **faux**

Nous devons s'éloigner du tabac.(.....) L'hygiène, c'est la santé. (.....)

Il ne faut pas suivre les règles de l'hygiène. (.....)

2. Mets une croix devant la bonne réponse. (x)

- Les poussières provoquent : de la lumière  des maladies  des pluies
- Le tabac est : un remède  un vitamine  un danger
- L'alimentation doit être : non variée  équilibrée  déséquilibrée

3. Classe les mots suivants dans le tableau.

**tabac – fruits – sport – alcool – poussières - propreté**

Bon pour la santé	Mauvais pour la santé
.....	.....

4. Relève du texte deux mots de la même famille.

.....

5. Donne les verbes des noms suivants.

6. alimentation (.....) provocation (.....)

7. Décompose en groupes la phrase suivante.

**Chaque jeudi, nous faisons du sport.**

8. Complète.

Si je ne **fume** pas, je **serai** en bonne santé.

Si tu ....., tu ..... en bonne santé.

Si vous ....., vous ..... en bonne santé.

9. Ecris au singulier.

Les poussières **provoquent** des **maladies dangereuses**.

Le tabac ..... une .....

Essai Complète par : **tabac – air – santé – eau – sport**

Pour être en bonne santé, j'ai besoin de l'..... pur et de l'..... potable.

Je dois pratiquer du ..... régulièrement. Je ne dois pas fumer car le..... est nocif pour la .....

«Mieux vaut prévenir que guérir»

**MOURAD**